



TuS KOMET ARSTEN

seit 1896

VEREINS-NACHRICHTEN

www.tuskometarsten.de

**GESUNDHEIT
& FITNESS**

**KINDER
& JUGEND**

**WETTKAMPF
& LEISTUNG**

**ERWACHSENE
& SENIOREN**





Begrüßen Sie den Frühling!

Entdecken Sie die Vielfalt der Möglichkeiten unserer Terrassenüberdachungen und genießen Sie den kommenden Frühling in einzigartigem Ambiente wettergeschützt im Freien.

Kommen Sie jederzeit in unsere Ausstellung und sehen Sie schon jetzt, wie Ihre neue Terrasse aussehen könnte.

Sommergärten **WITPRO** Unvergleichbar & individuell

Erweitern Sie Ihre Wohnfläche um einen ganzjährig nutzbaren Raum –
Zu jeder Jahreszeit, ein Leben lang.

Wir finden die optimale Lösung für Ihre Anforderungen dank flexibler Konstruktionen, individueller Planung und vielem mehr.



Borgwardstraße 9
28279 Bremen

Telefon: 0421 – 87 83 220
mail@kemena-tischlerei.de
www.kemena-tischlerei.de

 Kemena Tischlerei GmbH
 kemenatischlerei



Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

wir freuen uns, euch mit diesem Heft wieder interessante Einblicke in unsere Gruppen und Mannschaften zu geben. Die Wettkampfteams sind vielfach im Saisonendspurt und spielen um den Aufstieg, gegen den Abstieg oder einfach im gesicherten Tabellenbereich. Wir hoffen, dass alle mit Freude an ihrer Sportart und in ihrer Mannschaft dabei sind. Trost sprechen wir den Verletzten aus und wünschen euch, dass ihr schnell wieder fit und einsatzfähig werdet.



Für einige Abteilungsleitende heißt es in dieser Phase schon an die nächste Saison zu denken, die Kader aufzustellen und Trainerinnen und Trainer zu finden und zu motivieren. Ferner steht hier und da die Ausrüstung der Mannschaften an. Die Sportlerinnen und Sportler sind dankbar für eure Unterstützung und die Abteilungen nehmen gern Sponsoringangebote an. Insbesondere der Leistungssport kostet durch Fahrt-, Trainer-, Verbands- und Schiedsrichterkosten überproportional mehr und mehr. Durch unsere Vereinsbeiträge ist vieles davon nicht mehr finanzierbar und neben den Eltern werden Förderer und Partner gesucht, damit Leistungssport nicht am Geldbeutel scheitert.

Mit Blick auf die Gewaltausbrüche auf den Fußballplätzen der Republik frage ich mich, warum diese Menschen so zornig und aggressiv sind. Auf unseren Sportplätzen und Zuschauerbereichen ist hierfür auf jeden Fall kein Platz.

Wir danken den Trainerinnen und Trainern, die bisher weitestgehend erfolgreich ihren Spielerinnen und Spielern unsere positiven Werte des Vereinssports im TuS Komet Arsten e.V. mitgegeben haben und ermutigen sie, Unbelehrbare aus unserer Gemeinschaft auszuschließen. Sport im Verein soll Spaß machen, die Gesundheit fördern und bedeutet auch Wettkampf. Dazu brauchen wir weder zornige noch griesgrämige Menschen.

In diesem Sinne wünschen wir euch einen schönen Start in den Frühling mit vermehrten Aktivitäten auf unseren Freiluftanlagen.

Schaut gern bei unserem „Tag der offenen Tür“ am 04. Mai von 11.00 bis 14.00 Uhr auf unserer Sportanlage in der Egon-Kähler-Str. vorbei.



Andreas Vroom

Vorsitzender TuS Komet Arsten e.V.

Goldschmiedewerkstatt
Hoops

Joachim Hoops GmbH

Holzdammm 170 · ☎ 0421 - 83 27 27

www.goldschmiede-hoops.de

Termine

Änderungen vorbehalten



1. Halbjahr

- **Donnerstag, 25. April**
Mitgliederversammlung 19.30 Uhr Vereinsgaststätte
- **Samstag, 04. Mai**
Tag der offenen Tür von 11.00 - 14.00 Uhr
- **Freitag, 31. Mai - Sonntag, 02. Juni**
Handballwochenende Sportanlage Korbhauser Weg
mit Frühschoppen am Sonntag.
- **Samstag, 01. Juni**
Obervielander Vielfalt von 14.00 - 18.00 Uhr
Freie Ev. Bekenntnisschule in Habenhausen, Steinsetzer Str. 6-8

Für Sie vor Ort in Arsten



Andreas Dabrowski



Arster Landstraße 39 | 0421 - 84 00 930 | arsten@ge-be-in.de | www.ge-be-in.de

69. Karneval in der Kulturhalle am Korbhauser Weg

Der zweite Samstag im Februar gehört schon seit Jahren unserem Karneval. Am 10.02. war es dieses Jahr also wieder Zeit für diese bunte Veranstaltung, die erneut innerhalb kürzester Zeit ausverkauft war und leider den ein oder anderen leer ausgehen ließ.

Mehr Glück haben da die kleinen und großen Menschen bei der **Nachmittagsveranstaltung**. Hier gibt es immer nur eine Tageskasse und die Kids können mit der Eintrittskarte direkt ab 15.00 Uhr ihren Karneval feiern. Für die Musik und Animation sorgte dabei DJ Toddy mit seiner Verstärkung, der Zahnfee Jan Großkopf. Dieses Jahr konnten die Kinder nicht nur selber tanzen, sondern auch zwei Tanzeinlagen von Kindern in den Altersgruppen 4-6 und 6-10 Jahren der



VHS Delmenhorst bestaunen. Trotz Lolli-Regen von DJ Toddy sollten die meisten Kinder abends jedoch müde ins Bett gefallen sein, denn eine wirkliche Tanzpause für die Kleinen gab es nicht. Alle haben fleißig mitgetanzt, egal ob Fliegerlieder oder Polonäse.



Bei der **Abendveranstaltung** kam es wieder zu einer leichten Verzögerung, die uns nochmal an alle Gäste appellieren lässt, wirklich bis um 19:45 die Sitzplätze einzunehmen. Denn wir möchten nicht nur unserem Publikum etwas bieten, sondern auch den eingeladenen Tanzgruppen den gebührenden Rahmen für ihre Vorführungen geben.

Neben der Prinzengarde von Rot-Weiß, standen erneut die Nonnen vom TuS Huchting auf der Bühne, sowie die Mädels von Bounce & Boogie die mit ihren Hip-Hop Einlagen die Stimmung anfeuerten. Nach 7 Jahren erneut im Programm waren die RockNRoll Boogie Rebels, die ihr sportliches Können mit Hebefiguren in schwindelerregenden



Höhen zeigten. Neu bei uns und mit der kürzesten Anreise waren die Linedancer aus der Tanzschule Habenhausen und die Showtanzgruppe Freetime vom ATSV Habenhausen, die uns mit einer kurzweiligen Vorführung begeistern konnte. Und wäre das nicht schon genug gewesen, legte auch unser Prinzenpaar Prinzessin Alea und Prinz Luke in diesem Jahr eine grandiose TANZEINLAGE analog „Dirty Dancing“ mit der entsprechenden Hebefigur hin und ernteten viel Applaus.

Zum krönenden Abschluss gab es noch eine Gesangseinlage von unserem Arster Mickie Krause Double, der den Nagel auf den Kopf traf „Hurra das ganze Dorf ist da“. Denn unser Karneval ist eine Veranstaltung für unseren Stadtteil, bei dem man viele bekannte Gesichter sieht du alle gemeinsam feiern sowie mitsingen können. So wurde nicht nur bei dem Lied, sondern auch bei den späteren Liedern von DJ Toddy laut mitgegrölt und wild getanzt bis in die frühen Morgenstunden.

Wir hatten einen großartigen Abend mit euch und freuen uns, dass mit den Eintrittsgeldern zusätzliches Geld in unseren Sportverein fließen kann.

Bis zum nächsten Jahr, wenn es wieder heißt, ein dreifaches „Arsten hinein, Arsten hinein, Arsten hinein“!

Euer Festausschuss,
Julia Franke (Text und Bilder)



HEIZUNG

G A R B A D E

SANITÄR

Kundendienst · Wartung · Notdienst

**Tel. 04 21 - 82 12 71/37 56 24 • Fax 04 21 - 82 43 90
Kattenturmer Heerstraße 267 • 28277 Bremen**

Wenn Kinder und Erwachsene eine schöne Zeit bei unseren Veranstaltungen haben, dann freuen wir uns immer sehr. Wir würden uns aber auch darüber freuen, wenn wir insbesondere beim Auf- und Abbau noch etwas Unterstützung bekommen würden. Die Bühne wird aus schweren Balken zusammengesetzt und auch die Hallendecke bedarf beim Schmücken der Unterstützung einiger Hände. Wenn du also Lust hast, uns zu unterstützen, dann komm doch gerne auf uns zu.

Beim „anstehenden“ Laternenumzug im September 2024 freuen wir uns ebenfalls über Freiwillige, die den Umzug als Ordner begleiten und beim Schmücken helfen.

Nils Lackmann 0175 8443627 --- Julia Franke 0160 7080879



Senatsehrung für Dr. Bernward Fröhlingsdorf

Bei der diesjährigen Senatsehrung am 21. Februar wurden 91 SportlerInnen und deren TrainerInnen ausgezeichnet, die im Jahr 2023 Spitzenplatzierungen bei Welt-, Europa- und Deutschen Meisterschaften errungen hatten. Ebenfalls ausgezeichnet wurden 16 Ehrenamtliche aus Vereinen und Verbänden für ihr Engagement. Die Ehrung fand in Anwesenheit von Gästen aus Politik, Sport und Verbänden statt.

Unser 2. Vorsitzender Bernward Fröhlingsdorf wurde für seine ehrenamtliche Tätigkeit geehrt. Besonders hervorgehoben wurde sein Engagement im Rahmen der Prävention gegen sexuelle Gewalt im Sport, sein Engagement

für den Sport von beeinträchtigten SportlerInnen und Sportlern sowie das Engagement für Flüchtlinge, was nicht zuletzt mit seinem beruflichen Engagement als Kinderarzt im Zusammenhang steht. Bernward ist im Verein verantwortliches Vorstandsmitglied zum Thema Sexualisierte Gewalt und Kindeswohl. Er leitet auch im Verein die Schnittstelle für den Bereich Gesundheitssport. Er hatte sich zuletzt u.a. maßgeblich für die Verleihung des „Kinderschutzsiegels“ für den TuS Komet Arsten e.V. eingebracht und alle notwendigen Vorarbeiten in diesem Zusammenhang geleistet.

Wir als Verein freuen uns, dass die Arbeit eines unserer Mitglieder vom Senat so gewürdigt wurde.

Bernd Nehrhoff

Tag der offenen Tür

Am Samstag, den 04. Mai veranstalten wir zwischen 11.00 und 14.00 Uhr auf unserer Sportanlage an der Egon-Kähler-Str. unseren inzwischen schon traditionellen „Tag der offenen Tür“. Die Sparten des Vereins stellen sich mit einem attraktiven Programm dem Stadtteil vor.

In der Dreifeldhalle gibt es eine Bewegungslandschaft für die Jüngsten und ein Mitmachangebot der Badmintonabteilung.

Auf dem zentral gelegenen Platz zwischen Gastro, Dreifeldhalle und den Fußballplätzen kann auf dem Freiluftfeld Basketball gespielt werden. Daneben gibt es die Möglichkeit, sich an einer Tischtennisplatte auszuprobieren. Auf dem kleinen Kunstrasenfeld, lädt die Outdoor Fitness Sparte zum Mitmachen ein. Dazu gibt es auf der Rasenfläche Demonstrationswettbewerbe verschiedener Kampfsportarten.



v.l.: Präsidentin des LSB Frau Prof. Dr. Eva Quante-Brandt, Bernward und Senator für Inneres und Sport Ulrich Mäurer



Für Interessierte gibt es zusätzlich einen Infostand, der vom Vorstand und Mitarbeitenden der Geschäftsstelle betreut wird. Zudem präsentieren sich einige Sponsoren des Vereins in diesem Bereich. Die BREBAU präsentiert die Kinderband **Matt & Basti**.

Im Stadion können die leichtathletischen Wettbewerbe für das Sportabzeichen abgelegt werden. Die Tennisabteilung öffnet ihre Außenplätze und bietet Schnuppertraining und Spiele an. Auf den Beachplätzen zeigen die Hand- und Volleyballer ihr Können und gegenüber auf dem Ascheplatz sind die Cricketspieler zu finden.

Die Hundesportabteilung führt auf ihrem Platz Gruppentrainings durch.

Für das leibliche Wohl sorgt den gesamten Tag das Team der „Auszeit“.

Jens Ellrott (Geschäftsführer)

Handballwochenende mit Frühschoppen auf der Sportanlage Korbhauser Weg

Vom Freitag, **31. Mai** - Sonntag, **02. Juni** lädt die Handballabteilung dieses Jahr wieder zum großen Handballwochenende ein!

Es beginnt am **Freitagabend** voraussichtlich mit einem Fußballturnier der verschiedenen Abteilungen unseres Vereins.

Am **Samstag** steht ein Handballjugendturnier auf dem Programm.



Der **Sonntag** steht ganz im Zeichen des traditionellen Frühschoppens, bei dem nach Herzenslust zu Live-Musik getanzt und geschlemmt werden kann.

Natürlich findet in Arsten kein Frühschoppen ohne Kinderfest als Rahmenprogramm statt, damit es wieder ein tolles Event für die ganze Familie wird.

Nicht nur die Handballer freuen sich auf kleine und große Gäste!

Ralf Lüdeker

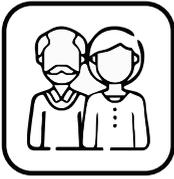
Warneke + Schulz

Bad + Heizung

 **823339**

Arster Hemm 52 • 28279 Bremen • E-Mail: info@warneke-schulz.de

warneke-schulz.de



SENIORENSPORT

Seniorenwart Jörg Voigt
Telefon 0421 82 51 49 · Mobil 0160 93 88 62 19
E-Mail: seniorenwart@tuskometarsten.de



Senioren in den Sport

Hallo zusammen,

seit einem halben Jahr haben wir eine Senioren-Truppe von 6-8 Personen, die jeden Donnerstag ab 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr am Korbhauser Weg mit leichten „Schlägen“ versucht, den Badminton-Sport nicht zu verlernen.

Auch wenn die Knochen manches Mal streiken, wird dennoch anständig geschwitzt. Wobei das bei Senioren gar nicht so einfach ist, wenn der Kopf „nein“ sagt. Anschließend erfolgt ein nettes Zusammensitzen bei einem Kaltgetränk im Anbau.

Wir Spieler haben ein zartes Alter von Anfang 60 bis kurz vor 80 Jahre. Daran kann man erkennen, dass dieser Sport bei vernünftigem Aufwärmtraining auch im gesetzten Alter noch lange ausgeübt werden kann.

Also, wenn wir den einen oder anderen Sporttreibenden nun den „Mund wässrig“ gemacht haben, und das dazu führt, dass dieser sein Glück selbst wieder versuchen will, kann gerne vorbeikommen

Wir rüstigen Alten würden uns um Unterstützung freuen.

Bleibt gesund!

Jörg Voigt





LEICHTATHLETIK

Abteilungsleiterin Sandra Schwenke
Telefon 01520 25 80 050
E-Mail: leichtathletik@tuskometarsten.de



Mike Schwenke der „Vielseitige“ Teil 2

Anknüpfend an den Artikel in diesen Vereinsnachrichten Nr. 65 (April-Juni 2023) soll an dieser Stelle über die Winterspiele in Oberhof berichtet werden.

Mike hatte in der Vergangenheit bewiesen, dass er auch mit dem für unsere Verhältnisse etwas ungewohnten Schneeschuhlaufen außerordentlich gut zurecht kommt. In Wettkämpfen in Bad Tölz und Oberhof gewann er mehrere Gold- und Silbermedaillen. Aufgrund seiner beeindruckenden Leistungen hatte er sich für die Nationalen Winterspiele der Special Olympics in Oberhof vom 28. Januar bis zum 03. Februar qualifiziert.

Bevor es zu den Finalläufen über 100 und 200m kam, mussten alle Teilnehmer Klassifizierungsläufe absolvieren. Der über die **200m** war nicht schnell. Da der gesamte Lauf aber relativ langsam war, gingen alle Trainer davon aus, dass der Schnee von seiner Beschaffenheit nicht so geschmeidig war. Daher hatte kein Trainer einen Leistungsverbesserungsantrag gestellt. Im Finallauf wurde Mike dann leider disqualifiziert, weil er im Verhältnis zum Klassifizierungslauf mehr als 15 % schneller war und das ist nach Regeln nicht erlaubt. Mike ließ sich aber nicht von diesem „Regelverstoß“ beirren und bereitete sich akribisch auf das Finale im 100m-Lauf vor.



Im Finallauf über die **100m** überquerte er als Erster die Ziellinie. Mit Spannung erwarteten wir – auch wegen der Zeitmessung - das Ergebnis. Als dann der Daumen des Zeitmessers nach oben ging und Mike damit die **Goldmedaille** erhielt, fiel sich sein ganzer Fanclub vor Erleichterung in die Arme. Kaum dass er bei der Siegerehrung die Medaille um den Hals hatte, wurde er von hinten geschnappt, auf die Schultern gesetzt und mit lautem Gesang („So seh’n Sieger aus“) davon getragen. Das gefiel Mike so gut, dass er lauthals mitgesungen hat. Am Abend ließ er es sich nicht nehmen, zur Feier des Tages eine Runde für seinen Fanclub an der Hotelbar auszugeben.

Kaum zurück in Bremen, zeigte der „Vielseitige“ - wie immer - seiner Familie, seinen Freunden und seinen Vereinskameraden sehr stolz die Goldmedaille.

Nach einer relativ kurzen Verschnaufpause ging es dann ab dem 13. März zu den Nationalen Winterspielen der Spezial Olympics der Schweiz nach Brienz. Denn dort darf er als einziger deutscher Schneeschuhläufer international starten. Und wie das bei internationalen Wettkämpfen so üblich ist, muss das Outfit natürlich auch stimmen. So löste das Paket mit der Wettkampfkleidung und dem Schriftzug GERMANY auf allen Sportkleidungsstücken natürlich riesengroße Freude und auch einen nicht zu unterschätzenden Stolz bei Mike aus.

Und dann begann das große Abenteuer nach einer 13 stündigen Zugfahrt in der Schweiz:



Am Donnerstag, 14. März ging es mit den Klassifizierungsläufen über die 100 und 400m los. Danach wurde Mike bei starker Konkurrenz in die schnellsten Endläufe gesetzt.

Am Freitag, 15. März wurde Mike dann im Finale über die 100m nur von einem sehr schnellen französischen Schneeschuhläufer von Platz 1 verdrängt. Somit gewann er die **Silbermedaille**. Nach der Siegerehrung wurde den ganzen Abend gefeiert. Mit Pizza im Bett klang dieser aufregende Tag aus.

Nachdem der Samstag wettkampffrei war, ging es am Sonntag, 17. März wieder mit dem Lauf über die 400m los. Obwohl Mike u.a. auch krankheitsbedingt noch nicht über diese Distanz trainieren konnte, schaffte er es sensationell als Dritter ins Ziel zu kommen und somit die **Bronzemedaille** zu gewinnen.

Insgesamt war diese internationale Veranstaltung ein super Erfolg für einen Norddeutschen, der nicht wirklich im Schnee trainieren kann. Durch viele Trainingspartner im Verein hat er diese für uns etwas ungewöhnliche Sportart jedoch perfekt ausgeübt.

Herzlichen Glückwunsch!!!

Sandra Schwenke





TENNIS

Abteilungsleiter: Adrian Leu
Telefon: 0173-6361910
E-Mail: tennis@kometarsten.de



In der Tennisabteilung ist für jeden was dabei

Ein Jahr ist es jetzt her, dass unsere Tennisabteilung frischen Wind in der Abteilungsleitung bekommen hat. Seitdem hat sich vieles getan: neue, junge Trainer kümmern sich liebevoll und kompetent um unsere Trainierenden, mehrere Spaßturniere wurden ausgetragen und es haben auch schon zwei Ferien-Camps stattgefunden. Die Tennisabteilung hat ein Instagram-Profil bekommen, auf dem über aktuelle Veranstaltungen berichtet wird. Dieses wird durch einen Newsletter ergänzt, welcher mehrmals im Jahr an Mitglieder und interessierte Gäste verschickt wird und in dem alles Wichtige aus der Tennisabteilung steht. Die Anzahl der Mitglieder entwickelt sich positiv und auch das Training wird sehr gut angenommen. Und das obwohl uns letztes Jahr 15 Mitglieder verlassen haben, Großteils altersbedingt. So konnten wir das Jahr 2023 mit 88 angemeldeten Mitgliedern abschließen und seit Jahresanfang sind fünf weitere dazugekommen. Dazu haben wir aktuell über 10 Anfragen von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, die in Arsten Tennis spielen und trainieren möchten. Für das Tennistraining gab es in der Wintersaison sogar schon Wartelisten, weil die meisten Gruppen voll waren. Und dass unser Verein ein Comeback in die Tennisszene feiert, belegt auch die erstmals seit Jahren wieder neu gegründete Herren 30 Mannschaft, die Seite an Seite mit einer U10, einer Junioren C, eine Juniorinnen A und einer Hobby-Mannschaft spielt.

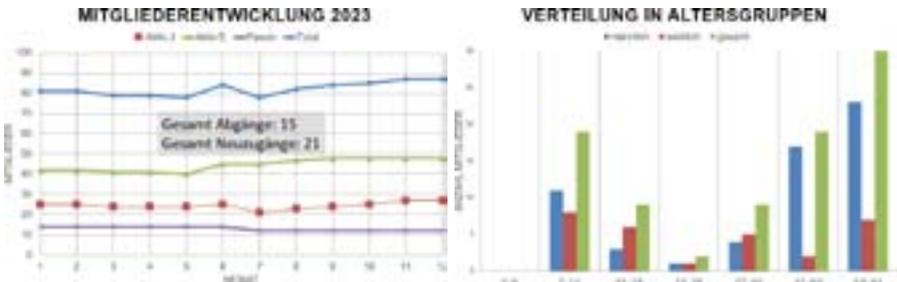
Das aktuelle Angebot an Trainings, Spielmöglichkeiten, Mannschaften, Turnieren und Camps ist breit gefächert und soll jeden ansprechen. Die Ausweitung von BookAndPlay auf allen 4 Plätzen ist zudem ein Zeichen an die junge Generation: langsam, aber sicher werden wir digital. Nichtsdestotrotz wird der beliebte Platz 1 nach wie vor spontan bespielbar sein, um auch unseren treuen Mitgliedern und ihren Bedürfnissen gerecht zu werden.

In unserer Tennisabteilung ist für jeden etwas dabei. Dass die Mitglieder mit der Arbeit der Abteilungsleitung zufrieden waren, belegt auch das Vertrauensvotum bei der diesjährigen Mitgliederversammlung am 07. März. So wurde das alte Team einstimmig wiedergewählt, mit kleinen Änderungen:

1. Abteilungsleiter	Adrian Leu
2. Abteilungsleiter	Volker Sassenberg
Sportwart	Wolfgang Keller
Jugendwart	Volker Sassenberg
Kassenwarte	Nicole & Marc Hasenbein
Pressewart	Adrian Leu
Arbeitsdienstleiter	Hans-Dieter Held

Das Ziel für 2024 ist, erstmals wieder 100 Mitglieder zu haben und damit das Wachstum weiter voranzutreiben. Denn gemeinsam sind wir stark und können viel bewegen. Auf langer Sicht sollen die Außenplätze 5 und 6 wieder aktiviert werden, evtl. als Ganzjahresplätze. Zudem ist die Anschaffung einer neuen Ballmaschine geplant, die dann von Mitgliedern als Trainingspartner genutzt werden kann. Und das Ziel für 2025 ist, erstmals auch wieder eine Damenmannschaft anzumelden.

Hier ist ein kleiner Einblick in die aktuelle Struktur und Entwicklung der Mitgliederzahlen:



Das Jahr 2024 wird alles andere als langweilig. Folgende Veranstaltungen sind für dieses Jahr geplant:

Tag der offenen Tür - 04. Mai	Sommer-Ferien-Camp
Herausforderungspyramide	LK-Turnier
Vereinsmeisterschaft	Winter-Spaß-Turnier
Fränki Cup	Winter-Turnier
Sommer-Spaß-Turnier	
Sommer-Turnier	Winter-Ferien-Camp

Und das Schönste: die meisten dieser Veranstaltungen sind für Trainierende und Mitglieder der Tennisabteilung kostenlos. Bei den kostenpflichtigen Veranstaltungen bekommen unsere Mitglieder einen Rabatt. Zudem haben Mitglieder immer ein Vorrecht gegenüber Gästen und dürfen sich früher anmelden. Es lohnt sich also, Mitglied der Tennisabteilung zu sein oder es zu werden! Aktuelle Infos zu den Veranstaltungen findet Ihr immer auf unserer Internetseite und auf unser Instagram Profil.

Wenn ihr frische Mitglieder seid und nicht wisst, was ihr als nächstes tun sollt, oder wenn ihr am Überlegen seid, ob ihr eintreten möchtet, kommt einfach zum Kennenlern-Tennis vorbei. Dieses Angebot findet ab dem 02.Mai immer donnerstags von 18.00-20.00 Uhr statt und richtet sich an alle, die einfach Tennis spielen wollen. Parallel dazu trainiert unsere Herren 30, sodass man auch gleich einige Kontakte knüpfen kann. Dieses Angebot ist für Mitglieder kostenlos. Gäste zahlen 5,00€ / Termin, bar vor Ort.

Hier sind ein paar Impressionen von unserm Tenniscamp am 28.-29.Dezember 2023





Wie in jedem Verein üblich, gibt es auch in unserem Verein ehrenamtliche Funktionsträger, die alles am Laufen halten. Da wir sehr ambitioniert darauf ausgerichtet sind, unser Angebot in Zukunft zu erweitern und den Tennissport jedem zugänglich zu machen, fällt eine beachtliche Menge an Arbeit an. **Wenn Ihr uns in der Vereinsarbeit unterstützen möchtet, in welcher Form auch immer, meldet Euch gerne unter tennis@tuskometarsten.de. Gerne auch Schüler, die Praxiserfahrung im Verein sammeln wollen!**

Wenn ihr noch mehr über das Leben in der Tennisabteilung erfahren wollt, folgt uns bei Instagram unter www.instagram.com/tennis_tka/ besucht unsere Website www.tuskomet-arsten.de/tennis/ oder meldet euch für unseren Newsletter an. Dafür schickt Ihr bitte eine Mail an tennis@tuskometarsten.de.

Ich freue mich auf die bevorstehende Sommersaison und darauf, viele von Euch wieder auf unseren Tennisplätzen spielen zu sehen!

Adrian Leu

Pressewart und 1. Abteilungsleiter

MEISTERBETRIEB

Polsterei
Bodenbeläge
Gardinen
Sonnenschutz
Yacht- &
Bootsausstattung
Matratzen
Schaumstoffe



Drewes & Klatte
Raumausstattung

www.drewes-klatte.de

Fritz-Thiele-Straße 3 | 28279 Bremen
Telefon: 0421 8 39 96 90



JUDO

Abteilungsleiterin Alisa Reinhold
Telefon: 0421-828202-11/15 (Geschäftsstelle)
E-Mail: judo@tuskometarsten.de



Hallo zusammen,

bei den Judofüchsen ist zurzeit viel los. Wir sind voll in den Vorbereitungen für die Weißgurte um die Graduierung zum weiß-gelben Gürtel nachzuholen, und für die weiß-gelben Gürtel die Fallübungen, Würfe, Haltegriffe und Übergang vom Stand zum Boden, sowie zwei Haltegriffwechsel einzuüben. Die Graduierung zum gelben Gürtel ist im Mai geplant. **Zur Erklärung:** Beim Judo hat sich die Prüfungsordnung mit dem Jahreswechsel auf 2024 zum Graduierungssystem verwandelt, deswegen heißt das nicht mehr Prüfung, sondern Graduierung!

Am 17. Januar haben die Judofüchse und die Ju Jutsu Abteilung gemeinsam 100 neue kleine, handlichere Matten bekommen. Das ganze wurde von der **Brebau gesponsert!** Beide Abteilung sind dafür sehr dankbar, dass ist eine enorme Erleichterung für uns.



Die Judofüchsinnen waren am Freitag, 09. Februar beim ersten Mädchentraining beim PSV Bremen zu Besuch. Das war eine neue und spannende Erfahrung für die 11 Mädels, die an dem Training teilgenommen haben. Alle hatten viel Spaß bei einigen neuen Spielen. Wir sind uns alle einig, dass wir beim 2. Mädchentraining bei TuRa Bremen in Gröpelingen auch wieder dabei sind.



Apotheke im
viamiko
Nicole Massolle

GUTSCHEIN

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie einmalig

10%

auf einen Artikel Ihrer Wahl.

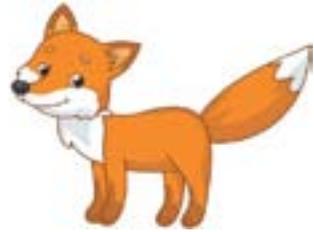
(gilt aus rechtlichen Gründen nicht für Rezeptgebühren und verschreibungspflichtige Arzneien)

www.viamiko.de

Alfred-Faust-Straße 3, direkt neben Penny · 28277 Bremen · Telefon 0421 - 84 13 40

Jetzt habt ihr einen kleinen Einblick in die Arbeit und das Training der Judoabteilung bekommen. Überzeugt euch gerne selbst davon in zwei kostenlosen Probetrainings. Die Trainingszeiten der **Judofüchse** finden **a l l e** in der Sporthalle der Grundschule Alfred-Faust-Str. 34 in Kattenesch statt.

- Für 6-15 jährige Mädchen und Jungen jeden **Montag** von 16:15 - 18:00 Uhr
- **Gruppe 1** = 3-6 jährige Mädchen und Jungen Minis jeden **Donnerstag** von 16:00 - 16:45 Uhr
- **Gruppe 2** = 3-6 jährige Mädchen und Jungen Minis jeden **Donnerstag** von 16:45 - 17:30 Uhr
- Für 6-15 jährige wettkampforientierte Mädchen und Jungen jeden **Donnerstag** von 17:30 - 19:00 Uhr
- Für 6-15 jährige Mädchen und Jungen jeden **Freitag** von 18:00 - 19:45 Uhr
- Für 3-6 jährige Mädchen und Jungen (Anfänger) jeden **Samstag** von 12:00 - 13:00 Uhr



Zurzeit gibt es noch wenige freie Plätze in den Gruppen der **3 - 6 - jährigen Kinder**.

Die Gruppe am **MONTAG** ist leider zurzeit voll! Falls trotzdem Interesse besteht, schreibt doch eine E-Mail an judo@tuskometarsten.de oder lasst Euch in der Geschäftsstelle auf eine Warteliste setzen. Ihr werdet umgehend kontaktiert, sobald ein Platz frei wird. Ansonsten sind an den anderen Tagen noch ein paar wenige Plätze frei!

In der Gruppe der Jugendlichen am **FREITAG** suchen die Judofüchse noch Eure Verstärkung, insbesondere Jugendliche ab **11 - 15 Jahren!!!**

Kommt doch gerne mit Sportkleidung (langer Sporthose + T-Shirt) und etwas Wasser zum Trinken mit Anmeldung bei Eversports (siehe Homepage bei Judo) zu einem Schnuppertraining vorbei!

Alisa



Urkunden zum weiß-gelben Gürtel



Die Judofüchse suchen dringend Unterstützung!

Übungsleiter*innen/Trainer*innen/Co-Trainer*innen aufgepasst, falls ihr Judo macht und mindestens 18 Jahre alt seid, dann meldet Euch gerne bei mir!

Eine Ausbildung ist nicht erforderlich! Über ein Kennenlernen mit Euch, würde ich mich sehr freuen!

Eure Aufgaben:

- Die Abteilungsleitung unterstützen
- Training leiten (eigene Gruppe)
- evtl. Vertretungsstunden übernehmen
- evtl. Kinder zu Turnieren begleiten und betreuen
- bei bestehender Berechtigung den Kindern Graduierungen abnehmen

Voraussetzungen:

- mind. 18 Jahre alt sein
- mind. Grüngurt
- guter Umgang mit Kindern
- eine motivierende und wertschätzende Haltung
- Kinder zu Wettkämpfen motivieren

Die aktuellen Trainingszeiten sind überwiegend in der Woche am Nachmittag oder in den frühen Abendstunden. Eine Gruppe findet auch am Wochenende statt, Zeiten; Trainingsorte siehe oben bei Trainingszeiten.

Meine Kontaktdaten: Alisa Reinhold · judo@tuskometarsten.de



BADMINTON

Abteilungsleiter Holger Schöttmer
Telefon 01520 29 55 620
E-Mail: badminton@tuskometarsten.de



Deutsche Meisterschaften im Para Badminton – Irina war dabei

Irina Wahlers ist ein langjähriges Mitglied unserer Sparte Badminton – einer Sportart, bei der es auch – aber nicht nur – auf Schnelligkeit der Bewegung ankommt. Irina spielt seit fast 30 Jahren Badminton bei uns erfolgreich in der 3. Mannschaft. Was an ihr so besonders ist – sie spielt mit einer Ortho-Prothese. Die gleicht das Längendefizit und die fehlenden muskulären Funktionen aus und wird von außen am Bein angebracht. Und damit hat sie schon so manchen Gegner zur Verzweiflung gebracht. Denn selbstverständlich merkt man auf dem Feld schnell, dass sie nicht so laufen kann wie andere. Aber spielen kann sie umso besser. Bereits als kleines Kind musste Irina mit der Einschränkung klar kommen. Doch Sport war für sie immer ganz wichtig. Als Jugendliche war sie im Parasport in ganz unterschiedlichen Sportarten aktiv. Von Badminton über Darts bis zu Schwimmen und Schach. Diese Erfahrung bewog sie, sich nun als Erwachsene für die **Deutschen Meisterschaften im Para Badminton** anzumelden. Der Verband prüfte ihr Können und auch die Art ihrer Beeinträchtigung und erteilte die Starterlaubnis. Über zwei Tage fanden die Meisterschaften in Laatzen bei Hannover statt. Die Teilnehmer im Para Badminton haben ganz unterschiedliche Einschränkungen. Es gibt Rollstuhlspieler, Kleinwüchsige und eben Menschen, deren Einschränkung sie zum stehend spielen befähigt. In Irinas Klasse waren bedauerlicherweise relativ wenig Teilnehmer, sodass sie sowohl im Doppel ebenso wie im Einzel auch gegen Männer spielen musste. Es gab für sie Siege und Niederlagen – sowohl im Doppel als auch im Einzel. Die zwei Tage bei den Deutschen Meisterschaften waren eine tolle Erfahrung in der Gemeinschaft mit anderen Parasportlern. Nun stehen weitere Turniere an, die jedoch alle im Ausland stattfinden. In Deutschland gibt es außer der DM kein weiteres Turnier und außerdem muss man international Punkte sammeln, um sich für die Paralympics zu qualifizieren.

Zunächst geht es im April nach Spanien und im Herbst nach Malaysia. Parasport ist ein teures „Hobby“, denn es gibt zwar aus verschiedenen Töpfen Fördermöglichkeiten, jedoch werden die Kosten damit nicht gedeckt. Doch Irina hat ein klares Ziel vor Augen – die paralympischen Sommerspiele 2028 in Los Angeles.

Wir freuen uns für unsere Kämpferin Irina und wünschen ihr viel Erfolg für ihr großes Ziel. Hauptsache, sie bleibt uns auch als Mannschaftsspielerin erhalten.

Birgit Guhl





HUNDESPORT

Abteilungsleiter Hermann Wichmann
Telefon (0421) 82 09 83
E-Mail hundesport@tuskometarsten.de



CaniCross-Turnier

Nach rund 6 Jahren gab es am 17.03. wieder CaniCross im TuS Komet Arsten e.V.

CaniCross ist das, was der Name hergibt; Geländelauf mit dem Hund über Stock und Stein, Deich hoch und Deich runter, gerne jenseits asphaltierter Straßen. Wir boten wie üblich drei Streckenlängen an. Die Teams konnten wählen, ob sie über 1000m, 2000m oder 5000m starten wollen. Es ist auch egal, wie alt der Mensch ist, solange der Hund Spaß am Laufen miteinander hat. Der jüngste Starter war 7 Jahre alt, die erfahrenste Läuferin 56. Start und Ziel war die Platzanlage am Korbhauser Weg. Je nach Streckenlänge ging es nach Feldwegen über den Deich Richtung Weserwehr. Aufmerksame Streckenposten wiesen den Weg oder baten Spazierende kurz zu warten. Die Langstrecke über 5000m bot alles, was im Flachland möglich ist. Es war eine Mischung aus geteerten Straßen, Feldwegen, Deichen und offroad entlang von Gräben, teils mussten umgestürzte Baumstämme übersprungen werden. Da Bremen halt Flachland ist, nutzten wir die Möglichkeit den Deich hoch- und runterlaufen zu können. Der mitunter weiche Untergrund am Fuße des Deiches machte aus der Strecke eine sehr anspruchsvolle.

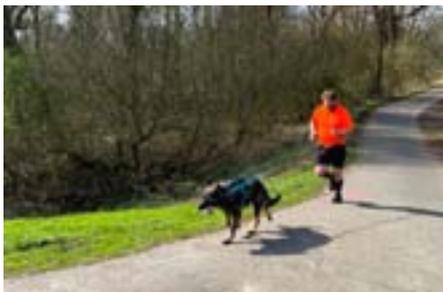
Als kleines Special und weil wir einfach die Möglichkeiten dazu haben, sorgten wir für einen besonders spannenden Zieleinlauf. Auf den letzten 600m ging es noch einmal abgeflattert kreuz und quer über den Platz und die Laufbahn sodass entscheidende Überholvorgänge bejubelt und letzte Kräfte durch Anfeuern mobilisiert werden konnten.



Es war ein toller Turniertag. Die nahezu komplett neue Crew zeigte, dass wir in der Lage sind, Turnierhundsport-Veranstaltungen durchführen zu können. Die Platzanlage bietet alles, was dafür notwendig ist.

Vielen Dank an alle fleißigen Hände, ohne die eine solche Veranstaltung nicht machbar ist. Dank an die Streckenposten, die immer die Stellung hielten, Euer Einsatz und Durchhaltevermögen war bemerkenswert. Das Catering versorgte gutgelaunt die Laufenden und deren Anhänger. Und ein großes Lob an die Meldestelle, die sich erstmalig durch deutsches Regelwerk und deren Auswüchse kämpften. Der Erfolg der Veranstaltung macht mit diesem Team Lust auf mehr.





Uwe Haßelmann Baugeschäft GmbH
Geschäftsführer Oliver Schulz



- Altbausanierung
- Anbauten
- Baureparaturen
- Neubau / Umbau
- Fliesenarbeiten
- Modernisierung

Friedrich-Engels-Straße 5 · 28279 Bremen
Telefon 0421-831955 · Telefax 0421-834572
E-Mail: info@hasselmann-bau.de



Werbe Habenhausen www.werbegemeinschaft-habenhausen.de

Gelbaum
BAUMPFLEGE

- Gartenplanung, -gestaltung und -pflege
- Fällung und Pflege von Bäumen

Telefon: 0421 437358 • gelbaum-baumpflege@gmx.de
www.gelbaum-baumpflege.de

LOTTO Fischers Läden
Inhaberin: Brigitte Wollmer

Zeitschriften - Tabakwaren - Holzdamen 150
Süßigkeiten - Geschenke - 28279 Bremen
Büroartikel - Grußkarten - Telefon: 830 58 81

Praxis für physikalische Therapie

Tel. 0421-83 73 30

GEBÄUDEREINIGUNG
von **UHRNER**
MEISTERBETRIEB

Fornschmidt 29, 28279 Bremen
Tel. 04 21 - 83 12 65
Mobil 01 72 - 4 21 82 99

Ihre Ansprechpartnerin für
Print- und Onlinewerbung

Christina Jöcher
Werbung & Marketing

Tel. 0421 76 71 400
95 7701006 (Kontaktmöglichkeit über die Website)

Musikschule und
Musik-Minichorverein
e.V. Erlöse: 1910 €

Cappella della musica
essa della musica

Brentenweg 10, 21 Habenhausen, Landkreis 281, 28279 Bremen
Tel. 04 21 43 32 040 • www.cappelladellamusica.de
Facebook: www.facebook.com/cappelladellamusica

Dreierweg & Klotz
Raumausstattung

www.dreierweg-klotz.de
Tel. 0421 8 39 96 90 • Bremen Habenhausen

Goldschmiedewerkstatt
Hoops

Joachim Hoops GmbH
Holzdamm 170
☎ 04 21 / 83 27 27

Warneke + Schulz
Bad + Heizung

☎ 823339

Amor-Förns 12 • 28211 Bremen • E-Mail: info@warneke-schulz.de
warneke-schulz.de

Qualität und Frische
aus Meisterhänden

Produkt & Meister
RASCH Holzdamen 145
MEISTERBETRIEB 28279 Bremen
T 0421-83 1981

DADEGO
www.dadego.de Bedachung

Fritz-Thiele-Str. 2 • 28279 Bremen • Fax 0421/83692-0

BALKAN-HÜTTE
Jugoslawisches Restaurant

Landwehr-Weg 14 • 28279 Bremen
Eröffnung: 0421 83 31 34
www.balkan-huette.de

Vereins-Treff
Habenhausen

Brotchen Sie sind!
Bismarckring 28 • 28279 Bremen
Tel. 84 21 183 0373 • www.habenhausen-vereinstreff.de

PIERACH
MALERBETRIEB

0421.878 5965 • www.pierach.com

Die Feldblume

DIE FELDBLUME
Fluss- & Bachreinigung

Telefon 0421-89944344 • www.diefeldblume.de

Mobile Fußpflege Angela Georgy

Bentz-Broch-Weg 17 • 28279 Bremen
Tel. 0421/8543991 • Mobil 0151/19078611
Fax 0421/8388781
E-Mail: angela.georgy@t-online.de

Vitalstoffberaterin • Hausbesuche

Allianz **Jens Schmidt**

Alfred-Faust-Str. 17 c
28277 Bremen, Tel. 83 67 3100

Ihre OVB

OVB Vertretung
Giuseppe Carra
Arlanderdam 71a • 28277 Bremen
Tel. 0421 876664 • Fax 0421 875445
www.ovb.de/giuseppe.carra
carra@ovb.de

Sehr verlässlich

gemeinschaft habenhausen-arsten e.V. inschaft-habenhausen-arsten.de

PLANUNGSBÜRO AGHASSI

Projektiert - Planung - Energetische Sanierung

Dipl.-Ing. Architekt

☎ 04 21 / 333 10 33 - ☎ 0172 / 605 83 66

E-Mail: planungsbuero-aghassi@netel.net



Ing. Helmut Schällich - Elektroinstallateurmeister
Tel. 0421 832920 - Mobil 0172 4201402 - Fax 0421 8346 11
schalich@t-online.de - Notdienst 24h - 28279 Bremen



Tel. 0421 835728-3

www.physiotherapie-koschade.de



Elektro Oelckers GmbH & Co. KG
Tegelfenerstraße 10 - 28279 Bremen
Tel. 0421 / 831821 - www.elektro-oelckers.de



PHONE: 0176 80174972



Arsterdamm 150 • 28279 Bremen
☎ 82 44 22



Telefon 0421 809543



0421-44 11 95
www.niekerke-malermeister.de



Arsterdamm 136 - 28279 Bremen
Tel. 04 21 - 82 55 77 - Telefax 0421-8301802
www.apotheke-arsten.de



☎ 04 21 / 82 19 55 - Fax 04 21 / 82 45 72



☎ 0421 / 83 20 50, www.albrecht-duerer-apotheke.de



Thoran Küsel
Hermann-Hellweg-Str. 4 • 28279 Bremen
Tel. 0421 679 49 600 • E-Mail: info@thokutoys.de
www.thokutoys.de



Mobil 0172 222 44 28 615
fuhrmann@vodafone.de



Würden 26 - 28279 Bremen - Tel.: 0421/82 80 860



Arster Freizeitgestaltung e.V.
www.arsterfreizeit.de
Sonnweg - Spiel - Gesundheit - Kunst
Waherlebnisung - Sportliche - Kultur
In der Trödel 11 - 28279 Bremen
Telefon: 0421-88 82 86 75
E-Mail: arsterfreizeit@aol.com



www.hoergeraetezentrum-bremen.de



www.auric.de



WVBH
Wohnen - Arsten e.V.



FUSSBALL

Abteilungsleiter Matthias Haase
Telefon 0174 89 78 724
E-Mail: fussball@tuskometaarsten.de



Hallo liebe Sportfreunde,

das neue Jahr begann sportlich für unsere Teams sehr unterschiedlich. Während unsere Herren und Mädchenmannschaften bereits wieder im Freien dem runden Leder hinterherjagen, sind die kleineren Kicker noch im Futsal-Hallen-Modus.

Die **1. Herren** hat nach einer intensiven Vorbereitung einen sehr guten Start hingelegt und ist nun wieder voll im Rennen um den Klassenerhalt in der Bremen-Liga. Unter der Leitung von Coach Alexander Schwarzenberger, konnten zuletzt drei Spiele am Stück erfolgreich absolviert werden.

Bei der **Zwoten** ist dafür noch etwas Sand im Getriebe, denn die Elf um Kapitän Steven Hollwedel sucht noch nach ihrer Form der Hinrunde, was aber auch an der dünnen Spielerdecke und den vielen Verletzten zur Zeit liegt.

Unsere Erfolgstruppe ist derzeit klar die **3. Herren**. Das Ensemble von Trainer Felix Niemeier eilt von Sieg zu Sieg und grüßt derzeit vom Platz an der Sonne.

So ganz die Kurve hat dagegen unsere **vierte Formation** noch nicht bekommen. Hier hat Trainer Pascal Lade ebenfalls mit vielen Ausfällen zu tun und daher leider kaum die Möglichkeit, eine eingespielte Formation ins Rennen zu schicken.

Der **Ü-Bereich** befindet sich derzeit noch in der Vorbereitungsphase auf die Rückserie und startet fast komplett erst mit dem Ende der Osterferien wieder mit dem Ligabetrieb.

Das Gleiche gilt auch für den **Jugend- und Mädchenbereich**, in denen zur Zeit die Endrunden der Hallenmeisterschaften laufen und auch hier geht es bei den meisten erst im April wieder auf dem Außenfeld um Punkte.

Im **Jugendbereich** haben wir uns dazu entschieden, die Aufgaben auf mehrere Schultern zu verteilen. Hier haben wir Koordinatoren eingebaut und so kümmert sich nun Julia Mahmoud um den Mädchenbereich, Fuat Kadah um die E und D-Jugend und Tobias Schier ist der Ansprechpartner bei den keinsten Kickern.

Hier noch einmal mein Dank an diese drei Ehrenamtlichen für ihren zusätzlichen Einsatz.
Matthias Haase



Hemelinger Heerstr. 27 kontakt@seekamps-gasthaus.de
28309 Bremen www.seekamps-gasthaus.de
Tel.: 0421/451565
Fax: 0421/4171200 Familie Seekamp

Seit 1871 genießen und verweilen bei köstlichen Speisen

Wir bieten für Ihre Feiern:

- Saisonale Spezialitäten
- Clubräume
- Kegelbahn
- Klimatisierter Saal
- Wintergarten
- Sommergarten

FACTORY OUTLET

BIS ZU
60%
RABATT



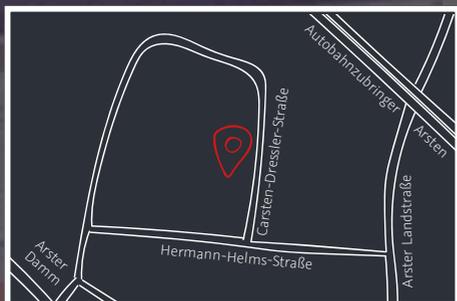
PADDOCK'S®



redpoint
back to nature

fransa®

PADDOCK'S - EINE BREMER MARKE MIT MODE AUS EIGENER HERSTELLUNG.



Besuchen Sie das **PADDOCK'S OUTLET** und profitieren Sie von unseren exklusiven Angeboten und Sonderaktionen.

Carsten-Dressler-Straße 17, 28279 Bremen

MO-FR 10.00 - 18.00 Uhr
SA 10.00 - 13.00 Uhr
Telefon 0421 84 01 146

2. D-Jugend mit super Rückrundenstart!!

Am 03. März. traf die D2 zum Rückrundenauftritt auf Werder Bremen. Schon früh wurde deutlich, dass unser Team Zählbares aus dieser Partie mitnehmen kann. So stand es zur Halbzeit bereits 4:0 für unsere Jungs. In der zweiten Halbzeit gab es weitere unzählige Chancen, die letztendlich zu einem tollen Endstand von 7:0 ausgebaut werden konnten.



Ein gelungener Start in die Rückrunde, der Vorfreude auf mehr entfachen lässt.

Moritz Kracht

Gerd ist nicht mehr unter uns!

Im Alter von 75 Jahren ist er am 16. Januar verstorben

Gerd Weßling ist ein Fußballurgestein unseres Vereins. Seine sportliche Karriere ist lang und sehr geschichtsträchtig. Nachdem er sehr viele Jahre als aktiver Fußballer im Einsatz war und später die Motivation zu diesem Sport kurz nachließ, widmete er sich mit Erfolg dem Badmintonsport. Er gründete mit Gleichgesinnten 1979/1980 unsere Badmintonsparte. Beide Sportarten übte er gleichermaßen über einen längeren Zeitraum gerne aus.

Nach seiner aktiven Zeit im Fußball organisierte und trainierte er im Alt-Herren-Bereich im Laufe der Zeit die sportlichen Geschehnisse der Ü-Teams Ü32, Ü40, Ü50 und Ü60

Beim Neujahrsempfang am 18.01.2009 wurden Gerd Weßling die Verdiensturkunde und die Ehrennadel für seinen unermüdlichen und ehrenamtlichen Einsatz im Verein verliehen. Auch der Bremer Fußball-Verband würdigte seine Leistungen, besonders im Alt-Herren-Bereich.

Gerd legte großen Wert auf Gemeinsamkeiten. Er organisierte Fußballturniere, Ausflüge und geselliges Beisammensein der Teams. Auch an Reinigungs- und Verschönerungsaktionen auf der Sportanlage am Korbhauser Weg dachte er. Immer war er ein gern gesehener Gast bei vielen Veranstaltungen auf den Sportanlagen. Man konnte sich auf seine Hilfsbereitschaft stets verlassen.



Er hinterlässt eine große Lücke und wird uns fehlen.

Reinhard Brinkmann

Bernhards Abschied von der Ü50II/Ü60

Nach dem traurigen Abschied von unserem verstorbenen Trainer Gerd Weßling gab jetzt dessen Freund Bernhard (Lischka) seinen Abschied vom aktiven Fußball bekannt. Dies geschah allerdings in diesmal fröhlicher Runde. Das wäre bestimmt auch in Gerd's Sinne gewesen, für den das Gesellige immer ein ganz wichtiger Faktor in unserer Gemeinschaft war.

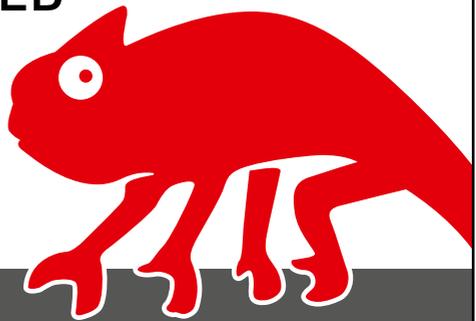


Zum vorläufig letzten Mal durften wir Bernhards gekonnte HEINO - Darstellung genießen. Bernhard war auch immer ein begnadeter Witzeerzähler und seine „Auftritte“ waren immer der Höhepunkt auf unseren Feiern. Überrascht haben wir ihn bestimmt mit unserer Musikeinlage, textlich auf ihn abgestimmt, nicht perfekt - aber laut.

H. Köpsel

PIERACH

MALEREIBETRIEB



0421.87 85 965 · www.pierach.com



KARATE

Abteilungsleiter Christian Umbach
Telefon: 0179 - 47 95 945
E-Mail: karate@tuskometarsten.de



Und wieder ist ein Vierteljahr vergangen...

Unsere fleißigen Karatekas machen eine Menge Fortschritte! So langsam prägen sich die Grundschrirte auch bei den jüngsten Schülern ein und die Techniken werden zunehmend besser und flüssiger. Einige von unseren Schützlingen nutzen sogar 3x die Woche das Trainingsangebot und kommen am Montag, am Dienstag und sogar noch am Donnerstag, um Ihr Können zu verbessern.

Zwischendurch bieten wir auch Fahrten zu Lehrgängen von besonderen Sensais mit langer Karateerfahrung an, um auch mal ein etwas anderes, intensiveres Training zu vermitteln.

Im Dezember waren wir in **Scheeßel**, zu einem Lehrgang, der von unserem eigenen Trainer Christian Jürgens (5. Dan) durchgeführt wurde mit Schwerpunkt Kata und Bunkai (Anwendung der Kata). Wir hatten viel Spaß und tolle neue Kontakte geknüpft.

Dann sind wir im Februar nach **Osnabrück** zu einem Lehrgang mit Nationaltrainer Thomas Schulze (7. Dan) gefahren. Hier wurden die Schüler mit einfachen, leicht verständlichen Übungen ans Kumite herangeführt.

Zu guter Letzt haben wir dann unsere besten Karatekas im März mit zum **Stützpunkttraining nach Magdeburg** gefahren. Das Training wurde von Tobias Prüfert (5. Dan) und Stefan Walsleben (4. Dan) ausgerichtet. Wir haben als Trainer selbst teilgenommen und sehr viel neues Wissenswertes für unser eigenes Training mitgenommen, während unsere Schüler auf zukünftige Turniere bestens vorbereitet wurden. Es besteht auch die Chance, das Einer von Ihnen dort „gesichtet“ wird und in das Kadertraining mit aufgenommen und auch entsprechend gefördert wird.

Besonders stolz hat es mich gemacht, einen unserer Schützlinge „Gurjot“ (zu dem Zeitpunkt noch Gelbgurt) mitzunehmen, da er sich besonders gut entwickelt hatte und eigentlich das Stützpunkttraining erst ab Orangegurt gedacht ist. Er hat das super gemeistert und eine Woche später mühelos seine Orangegurtprüfung bestanden!

Alles in Allem haben wir eine tolle Truppe, die regelmäßig zum Training kommt und sich nach und nach sehr gut weiterentwickelt hat.

Wir blicken sehr zuversichtlich in die Zukunft, und freuen uns, dass die Kids unser Karateangebot so intensiv annehmen.

Vielen Dank dafür. Ihr seid Spitze!

Folgende Karatekas haben am 14. März erfolgreich die Gürtelprüfung zum 7. Kyu (Orangegurt) abgelegt:

Gurjot Hundal	Hassan Ali
Yogisch Prabhakar	Alina Ali
Stephan Stratskevich	Liam Spannlang
Ilma Hadzibulic	

Herzlichen Glückwunsch!!

Christian Umbach

Hier nun unsere etwas geänderten Trainingszeiten:

Kinder/Jugendliche ab 12 Jahre

Montag 19.30-20.30 Uhr

Turnhalle Schule Theodor-Billroth-Str.
mit Tobias Meyer



Kinder ab 8 Jahre (Anfänger)

Dienstag 18.30–19.30 Uhr

Turnhalle Grundschule Alfred-Faust-Str. mit
Christian Umbach und Christian Jürgens



Fortgeschrittene

Dienstag 19.00 – 20.00 Uhr

Turnhalle Grundschule Alfred-Faust-Str. mit
Christian Umbach und Christian Jürgens

Ab Gelbgurt

Donnerstag 18.30-19.30 Uhr

Turnhalle Gymnasium Alfred-Faust-Str mit
Christian Umbach und Christian Jürgens



Jugendliche ab 15 Jahre und Erwachsene

Donnerstag 19.30-20.30 Uhr

Turnhalle Gymnasium Alfred-Faust-Str. mit
Christian Umbach und Christian Jürgens



JU-JUTSU

Abteilungsleiter
Jan-Philipp Koll
Telefon: 0421-69 67 88-0
E-Mail: jujutsu@tuskometarsten.de



Liebe Freunde unseres Sports,

die Ju-Jutsu Abteilung hat am Samstag den 16. März einen Landeslehrgang der Arbeitsgemeinschaft Selbstverteidigung (AG-SV) ausgerichtet.

Die Referenten Günter Beier (7. Dan Ju-Jutsu, Leiter der AG-SV), Erich Louris (4. Dan Ju-Jutsu) und unser Abteilungsleiter Jan-Philipp Koll (4. Dan Ju-Jutsu) gaben vormittags Einblicke in Grundlagen der Selbstverteidigung. Den 30 Teilnehmer/Innen wurden Techniken aus dem Ringen und Boxen gezeigt, um das Bewegen und Positionieren an einem Gegner und die Verteidigung gegen Schläge zu trainieren. Über das Techniktraining



hinaus wurden außerdem die psychologischen Aspekte von Selbstverteidigung angesprochen. In kleinen Übungen wurden dazu Erfahrungen zu Schmerzempfinden und Angstsituationen gesammelt. Zum Abschluss des Vormittags gab es eine Unterweisung in der Benutzung von Tierabwehrsprays, die oft zur Selbstverteidigung mitgeführt werden, aber bei falscher Handhabung Gefahrensituationen eher verschlimmern können. Mit einfachen Zielübungen wurde der Umgang mit den sogenannten Pfeffersprays geübt. Dabei blieb auch für die Anwender ein kratziger Hals nicht aus.

Am Nachmittag nahmen 15 Teilnehmer/Innen am SV-Szenarietraining teil, um realitätsnahe SV auszuprobieren. Mit ausreichender Schutzausrüstung durften die Teilnehmer/Innen einzeln ein Szenario durchlaufen, in dem sie von ein bis zwei Aggressoren verbal und körperlich bedrängt wurden und versuchen sollten, möglichst heil aus der Situation herauszukommen.

Begleitet wurden die Szenarien von einem Team mit Jan-Philipp als Leitung, Schutzpersonen und Kameramann. Damit wurde gewährleistet, dass die Szenarien verletzungsfrei durchgeführt werden konnten. Außerdem konnten alle die Kameraaufnahmen mit dem ehemaligen Polizeiausbilder Erich Louis auswerten.

Wir hoffen, dass wir mit den Erfahrungen aus diesem Lehrgang das Ju-Jutsu Training im SV Bereich verbessern können und zukünftig mehr Lehrgänge und Seminare nicht nur für KampfsportlerInnen, sondern auch für den Verein und den Stadtteil anbieten zu können.

Ju-Jutsu beinhaltet alle Distanzen des Kämpfens und enthält Schlag- und Tritttechniken, Wurftechniken, Haltegriffe, Hebel- und Würgetechniken. Im Training werden Körpergefühl, Koordination, Kraft und Ausdauer geschult. Wir trainieren nicht nur mit dem Schwerpunkt auf Techniken für Gürtelprüfungen, sondern auch die Anwendungen der Techniken vor allem im Bereich Selbstschutz.

Nachfolgend einige Schnappschüsse.





Das Training findet in der Turnhalle der Grundschule Alfred-Faust-Straße statt.

Altersgruppe	Trainingszeit
Vorschulkinder 5 - 6 Jahre	Samstags 10:00 - 11:00 Uhr
Kinder 6 - 8 Jahre	Samstags 11:00 - 12:00 Uhr
Kinder 8 - 12 Jahre	Montags 18:00 - 19:30 Uhr
Jugendliche und Erwachsene ab 14	Montags 19:30 - 21:30 Uhr Mittwochs 18:00 - 20:00 Uhr

Christoph Buck

SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

Sportangebote für Kinder aller Sparten

außer und unabhängig der Sparte Turnen/Fitness/Gesundheit.

Wir haben unsere Sportangebote für Kinder nach Sportarten gegliedert und in übersichtlicher Form dargestellt.

So müssen Eltern, die nach einer Sportart für ihre Kinder suchen, sich nicht erst durch alle Abteilungen klicken, sondern können auf zwei Seiten alle Angebote für ihren Nachwuchs finden.

FUSSBALL

G-Jugend	Sa. 09:00-11:00	Egon-Kähler-Str.	Christian Zientek + Team
----------	--------------------	------------------	--------------------------

Ältere Kinder: Kontakt Tel. 828202-14 oder fussball@tuskometarsten.de

HANDBALL

Ballspielgruppe 4+5 Jahre	Fr. 16:15-17:15	Korbhauser Weg GS	Maxi Remer + Vanessa Dohrmann
Jahrgang 2017 (Minis)	Fr. 17:15-18:30	Korbhauser Weg GS	Maxi Remer
Jahrgang 2016 (MiniMaxis)	Fr. 15:00-16:15	Korbhauser Weg GS + Mehrzweckhalle	Mia Albers
Jahrgang 2015 (Maxis)	Fr. 15:00-16:15	Korbhauser Weg GS + Mehrzweckhalle	Jantje + Lilith Uhlenberg

JUDO

6 - 15 jährige Judofüchse	Mo. 16:15-18:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
Gruppe 1 3 - 6 jährige Judofüchse minis	Do. 16:00-16.45	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
Gruppe 2 3 - 6 jährige Judofüchse minis	Do. 16:45-17:30	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
6-15 jährige wettkampforientierte Judofüchse	Do. 17:30-19:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
6-15 jährige Judofüchse	Fr. 8:00-19:45	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
3-6 jährige Judofüchse (Anfänger)	Sa. 12:00-13:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold

JU JUTSU

Vorschulkinder 5-6 Jahre	Sa. 10:00-11:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Christoph Buck
6-8 Jahre	Sa. 11:00-12.00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Jan-Philipp Koll
8-12 Jahre	Mo. 18:00-19:30	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Christoph Buck

SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

JU JUTSU

Jugendliche + Erwachsene ab 14 Jahre	Mo. 19:30-21:30	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Jan-Philipp Koll
Jugendliche + Erwachsene ab 14 Jahre	Mi. 18:00-20:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Jan-Philipp Koll

LEICHTATHLETIK

Spiel-Leichtathletik 5-7 Jahre	Mo. 16:00-17:00	Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle	Leni Kavun + Jette Deicke
Spiel-Leichtathletik 8-9 Jahre	Mo. 17:00-18:00	Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle	
Spiel-Leichtathletik 5-7 Jahre	Do. 16:00-17:00	Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle	Leni Kavun + Jette Deicke
Spiel-Leichtathletik 8-9 Jahre	Do. 17:00-18:00		

BADMINTON

ab 6 Jahre	Mo. 18:00-20:00	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Tanja + Sven Bischoff
------------	--------------------	-----------------------------------	--------------------------

BASKETBALL

ab 10 Jahre	Mo. 18:00-19:00	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Danny Petzold
	Mi. 17:00-18:00	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Danny Petzold

KARATE

ab 12 Jahre	Mo. 19:30-20:30	Turnhalle Schule Theodor-Billroth-Str. hinter/neben der VHS	Tobias Meyer
ab 8 Jahre (Anfänger)	Di. 18:00-19:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
Fortgeschrittene	Di. 19:00-20:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
Ab Gelbgurt	Do. 18:30-19:30	Turnhalle Gymnasium Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
ab 15 Jahre und Erwachsene	Do. 19:30-20:30	Eingang ist in der Felix-von-Erhard-Str.	

RINGEN

ab 7 Jahre	Do 17:30-19:00	Turnhalle Schule Theodor-Billroth-Str. hinter/neben der VHS	Amin Alinejad + Hadi Jahani
------------	-------------------	---	--------------------------------

TENNIS

Kontakt: Adrian Leu (E-Mail: tennis@tuskometarsten.de)

TISCHTENNIS

ab 8 Jahre	Mo. 18:00-19:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Andreas Prochnow + Martin Giehl
ab 8 Jahre	Do. 18:00-19:00	Korbhauser Weg GS	Andreas Prochnow + Martin Giehl



HANDBALL

Stellvertr. Abteilungsleitung: Torsten Uhlenberg
Telefon: 0176-21303870
E-Mail: handball@tuskometarsten.de



Männliche E-Jugend - Teams Saison 2023/24

Sehr viele Jungs kamen von unseren starken Maxis in dieser Saison in die E-Jugend. Die Mannschaften bestehen jetzt aus Jungs, die in der E-Jugend blieben und einigen die ganz neu dazu kamen.

Gleich zu Beginn zum Kennenlernen spielten wir unser eigenes Rasenturnier zum Arster Handballwochenende (dieses findet übrigens vom 31.5. bis 2.6. statt). Der Spaß und das Kennenlernen standen im Vordergrund und wir konnten auch direkt einen tollen Ball und ein paar Süßigkeiten abstauben.



Nach dem Rasenturnier starteten wir im Sand und bereiteten uns auf die Beachhandballzeit vor. Mit sehr viel Spaß liefen alle durch den Sand und schon bald kamen auch Kempa und Spinshots zustande. Das sah richtig gut aus.

So fuhren wir mit zwei Teams nach **Georgsmarienhütte**, wo auch die männlichen D- und C-Jugend mitmischten. Es wurde gezeltet, und abends haben alle Jungs altersgemischt auf dem daneben liegenden Sportplatz gekickt, gespielt und abgehangen.

Am Sonntagmorgen begannen für uns die Spiele beider Mannschaften. Eine kurze Unterbrechung wegen starken Regens tat dem Spaß keinen Abbruch! Es waren wirklich klasse Spiele. Hier haben wir gegen die Gastgeber ein super Beachhandballspiel von Jungs in dem Alter gesehen! Völlig kaputt ging es für alle nach Hause.

Der Klassiker des Beachhandballs: Cuxhaven. Wir hatten Nachrückerglück und konnten noch einen Platz bei dem beliebten Turnier an der Nordsee ergattern. So konnten wir leider nur mit einer Mannschaft fahren. Trotz Unwetterwarnung und Turnierunterbrechung mit Evakuierung haben wir ein schönes und erfolgreiches Wochenende am Strand verbracht! Auch wenn das Wetter beim Beachen nicht auf unserer Seite war, war es eine wunderschöne und erfolgreiche Erfahrung für alle Kinder und Trainer/innen!

Danach wurde es Zeit, in die Halle zu gehen. Einige Jungs hatten bisher ja noch kein Spiel auf dem großen Feld gemacht! Mit der Vorrunde konnten wir uns einen Platz in der Bremenliga und in der Stadtliga 2 erspielen.

Die Spiele in der Bremenliga konnte die **1. Mannschaft** durchweg positiv gestalten. Gegen die üblich starken Gegner hätten wir das ein oder andere Spiel etwas besser gestalten können. Aber wie diese Jungs diese Saison gerockt haben (für die allermeisten die allererste richtige Handballsaison), war schon toll! Der Höhepunkt war sicherlich der Derbysieg gegen Habenhausen, nach dem viel zu hoch verlorene Hinspiel. **Spitzenmäßig, Jungs!!!**

Die **2. Mannschaft** konnte viel Spielerfahrung sammeln. Hier kamen auch mehr und mehr jüngere Spieler aus den Maxis zum Einsatz. Eine kleine Achterbahnfahrt waren manche Spiele und ganz schön aufregend. Die Jungs haben sich toll geschlagen und einen tollen Saisonabschluss hingelegt! **Genauso spitzenmäßig, Jungs!**

An dieser Stelle unseren herzlichen Dank an alle Eltern, die uns während der Vorbereitung und der kompletten Saison tatkräftig unterstützt haben! Das war wirklich toll!!!

Verena Reif



- Hausgeräte • Kundendienst • Elektrotechnik • Beleuchtungstechnik • E-Check

ELEKTRO

Mit Energie in die Zukunft.

OELCKERS

GmbH & Co. KG

Elektro Oelckers GmbH & Co. KG
Ziegelbrennerstraße 10 · 28279 Bremen
Tel. 04 21 / 83 18 22 · Fax 83 98 000

info@elektro-oelckers.de
www.elektro-oelckers.de





TURNEN/FITNESS/GESUNDHEIT

Abteilungsleiterin Birte Scheil
0170 1065743 + 0421 82 82 02-11 (Geschäftsstelle)
E-Mail: turnen@tuskometarsten.de



Hallo liebe Sportinteressierte,

in dieser Ausgabe wollen wir euch wieder über Neuigkeiten aus der Turn-Abteilung informieren. Viel Neues haben wir aktuell nicht zu berichten.

Kinderturnen

Wir freuen uns, dass wir mit der Einführung unserer BuchungsApp weiterhin keine Warteliste im Kinderbereich führen müssen, weil wir bisher alle Anfragen annehmen können und so bereits ca 380 Babys/ Kinder und Jugendlichen ein Angebot anbieten können.

Im Vormittagsbereich beim Babyturnen und Krabbelstübchen haben wir noch Kapazitäten.

Kindertanzen

In den letzten Wochen konnten wir uns darum bemühen wieder neue Tanz-Angebote für Kinder ins Leben zu rufen. Wir kümmern uns vorerst um die Organisation als Turnabteilung und starten im April mit einem Hip-Hop-Kurs für

7-10 Jährige. Weitere Infos findet ihr in unserer BuchungsApp.

- Exklusive Malerarbeiten
- Gesundes Wohnen
- Fassadengestaltung
- Parkett- u. Teppichverlegung
- Designboden-Verlegung
- Trockenbau



**Malermeister
Rainer Zieris
Tel.: 04 21- 82 86 866**

Würtjen 26 | 28279 Bremen | malermeister-zieris@t-online.de

Parallelangebot für Eltern

Wir haben außerdem in den letzten Monaten eine Kooperation mit der Outdoor Fitness Abteilung eingeführt und bieten unseren Turn-Eltern ein Parallelangebot zum Kinderturnen an. Während das Kind in der einen Halle turnt, kann das Elternteil nebenan am Outdoor-Fitness-Kurs teilnehmen.

Neue Kurse für Eltern/ junge Erwachsene

Leider sind wir weiterhin auf der Suche nach Übungsleiter/innen. Die geplanten Kurse für junge Erwachsene/Eltern konnten wir leider noch nicht ins Leben rufen, da wir hier noch keine Übungsleiter/in gefunden haben.

Alle aktuellen Kurse stehen auf unserer Homepage www.tuskometarsten.de unter den Rubriken „Sportangebote“, „Turnen/Fitness/Gesundheit“ und „Kurse/Reha/Sport“ sowie auf unserer App.

Viele Grüße

Birte und Marina



Du magst Kinder und bist mind. 14 Jahre alt?

Dann unterstütze uns gerne nach der Schule beim Kinderturnen.

Du hast Interesse Übungs-leiter*innen für das Kinderturnen

(1-3 Jahre + 3-6 Jahre) und Krabbelgruppen (3-12 Monate)

am Vormittag und Nachmittag zu sein? Wir freuen uns wenn du Kontakt zu uns aufnimmst. Eine Übungsleiter-Lizenz ist nicht zwingend erforderlich.

Angebote Turnen / Fitness / Gesundheit

TURNEN BABYS

Die Teilnahme am Babyangebot kann nur mit Registrierung und vorheriger Buchung über unser Buchungssystem erfolgen.
 Hier können Sie auch die genauen Uhrzeiten entnehmen. Sie finden unser Buchungssystem auf unserer Website und unter:
<https://www.eversports.de/s/tus-komet-arsten-ev-abteilung-turnen-fitness-gesundheit>

Angebot: - Delfi-Kurse Krabbelstübchen - Baby-Turnen NEU	Orte - Parkettraum - Drei-Feld-Halle Egon-Kähler-Str.“
--	---

TURNEN KINDER 1-7 JAHRE

Die Teilnahme am Kinderturnen kann nur mit Registrierung und vorheriger Buchung über unser Buchungssystem erfolgen.
 Hier können Sie auch die genauen Uhrzeiten entnehmen. Sie finden unser Buchungssystem auf unserer Website und unter:
<https://www.eversports.de/s/tus-komet-arsten-ev-abteilung-turnen-fitness-gesundheit>

Angebote: - Kinderturnen 1-2 Jahre mit Eltern/Großeltern - Kinderturnen 3-4 mit Eltern/Großeltern - Kinderturnen 4-6 Jahre - Move & Fun 4 Kids (5-7 Jahre)	Orte: - Turnhalle der GS Korbhauser Weg - Turnhalle der GS Alfred-Faust-Str. - Drei-Feld-Halle Egon-Kähler Str. - Mehrzweckhalle Korbhauser Weg
---	--

TURNEN KINDER AB 7 JAHREN

Mädchenturnen 7-11 Jahre	Mo. 15:30 - 17:30	Turnhalle GS Korbhauser Weg	Kathy Siemer
Hip Hop Tanzen für Kinder 7-10 Jahre	Di. 18:00 - 19:00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Jessica Zambrano
Jungenturnen 6-9 Jahre	Sa. 10:00-11:00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom
Jungenturnen 10-16 Jahre	Sa. 11:00-12:00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom

TURNEN/FITNESS/GESUNDHEIT ERWACHSENE

Herzsport für Erwachsene ohne Verordnung	Mo. 18:45-20:00	GS Buntentorsteinweg	René Brünings
Fitness für Frauen	Mo. 19:00-20:30	GS Korbhauser Weg	Britta Conrad
Senioren-sport 60+	Di. 10:00-11:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
Fit in den Tag für Frauen 60+	Di. 11:00-12:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
Aerobic/Fitness für Frauen	Di. 18:45-20:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Anja Kies
Gymnastik für Frauen 60+	Mi. 09:30-10:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Brigitte Puvogel
Ganzkörpergymnastik für Männer&Frauen 50+	Mi. 17:30-18:15	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Jutta Schmidt

TURNEN/FITNESS/GESUNDHEIT ERWACHSENE

Prellball	Mi. 18:15-19:00	GS Korbhauser Weg	nn
Fitness für Frauen 45+	Mi. 19:00-20:00	GS Korbhauser Weg	Christina Wessels
Gymnastik + Ballspiele für Männer 35+	Mi. 19:00-21:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Andreas Vroom
Fitness + Gymnastik für Frauen	Do. 09:00-10:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Marion Lentz
Turnen, Gymnastik + Volleyball für Männer	Do. 18:00-20:00	Egon-Kähler-Str. 3-Feld-Halle	Kurt Ewert + Bernd Luxenhofer
Gymnastik für Frauen	Do. 19:00-20:15	Turnhalle Grundschule Alfred-Faust-Str.	Karin Müller
Männerturnen 50+	Fr. 19:30-21:30	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Karl Haugke-Ast

PRÄVENTION (KURSE)

Präventives Haltungstraining	Mo. 18:00-19:00	GS Korbhauser Weg	Marlies Pooß
Zumba	Mo. 18:15-19:15	Gymnasium L. d. W. kleine Halle	Sabrina Helms
Ganzkörpertraining	Di. 10:00-11:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Katrin Hessenkemper/ Christa Kühn
Rückenfit und -relax I	Di. 17:30-18:15	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Petra Scheithauer
Rückenfit und -relax II	Di. 18:30-19:15	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Petra Scheithauer
Rückengymnastik	Mi. 08:45-09:45	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Martina Struß
	Mi. 09:45-10:45	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Martina Struß
Vitalgymnastik 60+	Do. 09:30-10:30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Karin Müller
Vitalgymnastik 65 +	Fr. 09:30-10:30	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Karin Müller
Nordic Walking	Fr. 09:30-10:30	Egon-Kähler-Str. Stadion	Maren Hoops

STRESSREDUKTION (KURSE)

Yoga	Mo. 17:15-18:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Gerda Stolte
	Fr. 18:15-19:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Rita Sürken
Qi Gong	Do. 10:45-11:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops

STRESSREDUKTION (KURSE)

Qi Gong	Do. 19:00-20:00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
	Fr. 11:15-12:15	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
REHA - SPORT			
Herzsport	Mo. 20:00-21:30	GS Buntentorsteinweg	René Brünings
Lungensport	Mo. 12:15-13:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Di. 09:00-09:45	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
Polyneuropathie & Gleichgewicht	Di. 09:00-09:45	Egon-Kähler-Str. 1-Feldhalle	Katrin Hessenkemper
	Di. 11:00-11:45		
Krebsnachsorge	Di. 12:15-13:00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Katrin Hessenkemper
Reha-Orthopädie	Mo. 11:30-12:15	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Mo. 19:15-20:00	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Barbara Joseph
	Do. 10:15-11:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
	Do. 12:15-13:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Do. 17:30-18:15	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Doris Rogmann
Reha-Orthopädie im Sitzen	Do. 11:15-12:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
Long-/Post-Covid (auf Anfrage)	Mi. 17:00-17:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Doris Rogmann
<p style="color: red; margin: 0;">Wichtig: Mit einer ärztlichen Verordnung entstehen für die Reha-Sportangebote keine Kosten!</p>			
Anmeldung / Informationen	Geschäftsstelle TuS Komet Arsten Egon-Kähler-Str. 145 Öffnungszeiten: Mo. + Do. 15:30 - 18:30 Telefon: 0421/828202-11 - E-Mail: info@tuskometarsten.de		

Monatliche Mitgliedsbeiträge ab 01. Januar 2024

Grundbeitrag	Erwachsene 8,00 €	Kinder 8,00 €
Spartenbeitrag für		
Badminton	12,00 €	6,00 €
Basketball	15,00 €	7,50 €
Cricket	10,00 €	7,00 €
Fechten	15,00 €	9,00 €
Fußball	15,00 €	8,00 €
Handball	16,00 €	8,50 €
Hundesparte	5,50 €	5,00 €
Judo	10,00 €	5,00 €
Ju-Jutsu	12,00 €	6,00 €
Karate	10,00 €	5,00 €
Leichtathletik	13,00 €	(bis 15 J.) 7,00 €
Outdoor Fitness	20,00 €	10,00 €
Ringens	10,00 €	5,00 €
Tanzen	10,50 €	5,00 €
Tennis	12,50 €	5,50 €
Tischtennis	9,50 €	5,50 €
Turnen	8,50 €	4,00 €
Volleyball	13,50 €	6,00 €
Wandern	Spartenbeitrag 1,00 € zzgl. Passiver Beitrag 7,50 €	

Jugendliche/Azubis/Studenten (längstens bis 27 Jahre) und Bürgergeld-Empfänger zahlen bei Vorlage entsprechender Bescheinigung die Kinderbeiträge.

Familie Grundbeitrag 20,00 € zzgl. pro Familienmitglied entsprechende Spartenbeiträge.

Mutter-Vater-Kind-Turnen	18,50 €	
Passiv	6,50 €	6,50 €
Reha m. Zuschuss	11,00 €	

Aufnahmegebühr:	20,00 €	10,00 €
Mutter-Vater-Kind-Turnen	10,00 €	Familie 30,00 €

Beitragseinzüge jeweils zum 1. eines Quartals

Zahlungsweise: vierteljährlich / halbjährlich / jährlich

Rechnungszahler zahlen 13 Beiträge. Die Mitgliedschaft beträgt mindestens 12 Monate.

Vereinsaustritte können erfolgen auf Grund schriftlicher Kündigung der Mitgliedschaft bei Einhaltung einer Frist von 6 Wochen zum 30.06. (15. Mai) bzw. 31.12 (15. November) eines Jahres.

Dies gilt auch für den Wechsel von aktiver zu passiver Mitgliedschaft.

Mahnungen: 6,50 €

Änderungen/Irrtümer vorbehalten!



Letzter Abgabetermin

für die nächsten Vereinsnachrichten ist der

→ → → **15.06.2024** ← ← ←



Bitte alle Artikel als Word-Datei und die Fotos als angehängte jpg-Datei (Dateigröße über 1,5 MB) per e-Mail an medienteam@tuskometarsten.de senden.

Kürzungen und Bearbeitungen vorbehalten.

Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.

Gegründet:

1896 / Mitglied des LSB Bremen e.V.

Geschäftsstelle:

Egon-Kähler-Str. 145, 28279 Bremen

Telefon (0421) 82 82 02-11/15 · Telefax (0421) 82 82 02-20

E-Mail: gs@tuskometarsten.de oder info@tuskometarsten.de

Öffnungszeiten:

Mo. u. Do. von 15.30 - 18.30 Uhr

Lennard Vroom, Anja Scheele und Katrin Hessenkemper

Geschäftsführer: Jens Ellrott

Telefon: (0421) 82 82 02-21 oder 0172-83 19 408

Vereinsgaststätte: (0421) 82 82 02-18

Vorstand

Vorsitzender

Andreas Vroom, Tel. 82 12 33

Stellvertreter

Bernd Nehrhoff, Tel. 82 96 06

Stellvertreter

Dr. Bernward Frühlingsdorf, Tel. 82 41 01

Kassenwartin

Britta Körber, Tel. 87 18 261

Erweiterter Vorstand

Medienwartin

Geeta Dreyer, Tel. 59 80 492

Technischer Leiter

Andree Pierach, Tel. 87 85 965

Schriftführer

Thomas Pfeiffer, Tel. 82 19 96

Festwart

Nils Lackmann, Tel. 82 64 65

Seniorenwart

Jörg Voigt, Tel. 82 51 49

Badminton

Holger Schöttmer, Tel. 01520-29 55 620

Basketball

Danny Petzold, Tel. 0172-1074291

Cricket

Vivek Bhandari Tel. 0179 90 26 290

Fechten

Jens Pursche, Tel. 0172 43 27 995

Fußball

Matthias Haase, Tel. 0174 89 78 724

Handball (Stellvertreter)

Torsten Uhlenberg, Tel. 0176 21303870

Hundesport

Hermann Wichmann, Tel. 82 09 83

Judo

Alisa Reinhold, Tel. 01575 8409500

Ju-Jutsu

Jan-Philipp Koll, Tel. 69 67 88 - 0

Karate

Christian Umbach, Tel. 0179 - 47 95 945

Leichtathletik

Sandra Schwenke, Tel. 01520 - 25 80 050

Outdoor Fitness

Tammo Vroom, Tel. 0157-58767086

Ringern (Ansprechpartner)

Amin Alinejad Tel. 0176 - 32 94 69 17

Tennis

Adrian Leu, Tel. 0173-6361910

Tischtennis

Ronald Mosch, Tel. 82 60 41

Turnen

Birte Scheil Tel. 01512-89 78 898

Volleyball

Markus Schäffer, Tel. 04298-46 53 04

Wandern

Rainer Guddat, Tel. 82 27 12

Jugendwart

Geschäftsstelle



Impressum:

Herausgeber:

Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.

Verantwortlicher Redakteur:

Ralf Lüdeker seit 2008

Bankverbindung:

Sparkasse in Bremen

IBAN DE20290501010010219889 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX

Spendenkonto:

Sparkasse in Bremen

IBAN DE85290501010001144369 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX

Gesamtproduktion/Anzeigen:

DruckMedia · mail@druckmedia.de · Telefon (04207) 66 68 7-0

Erscheinungsweise:

Vierteljährlich im Quartal

Bezugspreis:

Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

WENN

schnelle Hilfe

gefragt ist,

DANN

fragen Sie mich!

Vertretung Giuseppe Carrera

Arsterdamm 73 a 28277 Bremen

Tel. 0421 876664 Fax 0421 875445

www.oevb.de/giuseppe.carrera

carrera@oevb.de

ÖVB 
fair versichert

 Finanzgruppe

Anstoß zum Räderwechsel.

Gleich Termin
vereinbaren

Auszeit – Denn wir schicken Ihre Winterräder nun in die Kabine: Mit fachlichem Know-how, echtem Teamgeist und langjährigem Support sind wir ein sehr guter Ansprechpartner, wenn es um Ihren Wechsel auf Sommerräder geht. Verpassen Sie daher nicht den Anpfiff für die neue Saison.

**Hier geht's zur
Terminvereinbarung:**

Škoda Bremen Schmidt + Koch GmbH
Stresemannstraße 1-7, 28207 Bremen
T 0421 4495-700, str@schmidt-und-koch.de



Autohaus Neustadt Schmidt + Koch GmbH
Neuenlander Straße 440, 28201 Bremen
T 0421 8710-0, neu@schmidt ch.de



www.schmidt-und-koch.de